



PENGARUH EFEKTIVITAS MEDIA INTERAKTIF TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI ANEMIA PADA REMAJA

Muayanah Hardiah¹ Raudatul Jannah², Anisa Hidayah³

Correspondensi e-mail: muayanahhardiah@gmail.com

¹²³Universitas Sapta Mandiri, Balangan, Kalimantan Selatan, Indonesia

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah gizi global yang masih banyak dijumpai, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Anemia pada masa remaja berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang, termasuk peningkatan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan risiko stunting pada anak. Salah satu faktor risiko anemia adalah pengetahuan dan kesadaran yang kurang terkait gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis efektivitas media interaktif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi anemia pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan intervensi berupa pendidikan gizi. Desain penelitian yang digunakan adalah Quasi Experimental Study dengan pre-post test. Subjek dalam penelitian ini anak usia remaja melibatkan 64 subjek yang dipilih dengan purposive sampling. Analisis penelitian menggunakan univariat dan uji wilcoxon signed rank. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (54,7%) subjek berada pada kelas 11 (75,0%) dengan usia terbanyak 16 tahun (42,2%). Sebaran hasil pengetahuan dan sikap subjek menunjukkan bahwa pada saat pre-test, sebanyak (42,2%) memiliki pengetahuan kategori baik, (31,3%) dan (26,6%) kategori kurang. Setelah diberikan edukasi pada saat post-test terjadi peningkatan proporsi peserta dengan pengetahuan baik menjadi (65,6%) dan proporsi kurang (9,4%) menurun. Media video meningkatkan pengetahuan dan sikap anak remaja mengenai anemia, dengan nilai p-value = 0,000 dan p-value= 0,001 untuk pengetahuan dan sikap. Dapat disimpulkan bahwa media video efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak remaja putri mengenai anemia

INFO ARTIKEL

ORIGINAL RESEARCH

Submitted: 15 Juni 2025

Accepted: 19 Oktober 2025

Publish: 10 November 2025

Kata Kunci:

Anemia, Media, Pengetahuan, Remaja, Sikap

Copyright (c) 2025 Authors.

Akses artikel ini secara online



Quick Response Code

ABSTRACT

Anemia is a global nutritional problem that remains prevalent in both developed and developing countries. Anemia during adolescence can lead to long-term consequences, including an increased risk of maternal mortality, preterm birth, low birth weight, and stunting in children. One of the risk factors for anemia is limited knowledge and awareness regarding nutrition. The aim of this study was to analyze the effectiveness of interactive media in improving nutritional knowledge and attitudes related to anemia among adolescents. This research employed an experimental approach using nutrition education as the intervention. The study design was a Quasi-Experimental Study with a pre-post test. The subjects were adolescents, involving 64 participants selected through purposive sampling. Data were analyzed using univariate analysis and the Wilcoxon signed-rank test. The results showed that the majority of respondents were female (54.7%), most were in the 11th grade (75.0%), and the largest age group was 16 years old (42.2%). The distribution of knowledge and attitude scores indicated that during the pre-test, 42.2% of participants had good knowledge, 31.3% moderate, and 26.6% poor. After the educational intervention, the proportion of participants with good knowledge increased to 65.6%, while the proportion with poor knowledge decreased to 9.4%. The video-based media was found to improve adolescents' knowledge and attitudes regarding anemia, with p-values of 0.000 and 0.001 for knowledge and attitude, respectively. In conclusion, video media is effective in improving nutritional knowledge and attitudes toward anemia among adolescent girls.

Keywords: Anemia, Knowledge, Nutrition Education, Stunting, Video Media.



PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi global yang masih banyak dijumpai, baik di negara maju maupun di negara berkembang (Maharani, 2020). Anemia hingga kini masih menjadi masalah kesehatan yang dialami oleh sebagian besar masyarakat khususnya anak usia sekolah, remaja, wanita usia subur, dan ibu hamil. Berdasarkan data world health statistic pada tahun 2019, prevalensi anemia untuk kategori wanita reproduktif (usia 15-49 tahun) mencapai 29,9% dimana remaja juga termasuk dalam kategori tersebut (WHO 2021). Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia di Indonesia untuk kelompok usia 15-24 tahun mencapai angka 32%.

Usia remaja mulai dari 10-19 tahun, usia remaja dibagi menjadi 3 kategori yaitu remaja awal (usia 11-14 tahun), remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan remaja akhir (17-20 tahun) (WHO, 2017). Remaja merupakan fase peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa, pada fase ini seseorang seringkali mengalami perubahan baik dari segi fisik, mental, maupun kognitif. Remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan, sehingga lebih rentan mengalami anemia (Nadiyah et al. 2022). Berkaitan dengan pentingnya masa pertumbuhan dan perkembangan, remaja adalah waktu yang ideal untuk memberikan intervensi dengan tujuan mengurangi risiko anemia. Anemia pada masa remaja berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang, termasuk peningkatan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan risiko stunting pada anak. Salah satu faktor risiko anemia adalah pengetahuan dan kesadaran yang kurang terkait gizi. Pengetahuan dinilai memiliki hubungan yang selaras dengan sikap dan perilaku, tingkat pengetahuan gizi yang baik dapat memperbaiki sikap remaja menjadi lebih peduli dan mendorong perubahan pola konsumsi pangan ke arah yang lebih baik (Sofianita et al. 2018). Pengetahuan yang kurang terkait anemia dapat menjadi pembatas antara seseorang dengan sikap dan perilakunya, hal ini juga mencakup penerimaan terhadap suplementasi Fe dan pemilihan jenis makanan. Diharapkan semakin baik pengetahuan terkait anemia, maka semakin tepat pula tindakan pencegahan yang dilakukan sehingga dapat meminimalisir kejadian anemia pada remaja (Ahdiah et al. 2018). Menurut Sofianita et al (2018), pengetahuan gizi yang baik mampu mendorong remaja memiliki sikap dan praktik gizi yang baik.

Edukasi gizi adalah pemberian pengetahuan terkait makanan dan gizi dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan dan diharapkan terjadi perubahan sikap dan perilaku yang positif (Indraswari, 2024). Pemberian edukasi gizi dapat melalui banyak metode dan media. Menurut Rusdi et al. (2021), diperlukan media edukasi gizi yang efektif dan efisien dengan tujuan agar sasaran dapat menerima informasi yang disampaikan dengan baik. Intervensi pendidikan gizi dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, sikap dan praktik gizi dan anemia pada remaja mengalami masa menstruasi dan mengejar masa tumbuh (Sirvastava 2016). Suatu edukasi gizi dikatakan berhasil jika hasil yang didapatkan berupa adanya perubahan pengetahuan gizi. Peningkatan pengetahuan gizi ini akan memengaruhi sikap dan pada akhirnya juga akan memengaruhi perilaku atau praktik terhadap gizi atau kesehatan (Contento 2016). Perubahan yang bertahap mulai dari pengetahuan, sikap, dan perilaku ini diharapkan dapat mengatasi permasalahan gizi atau kesehatan yang terjadi saat ini.

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Reproduksi Remaja tahun 2012 menunjukkan masih rendahnya tingkat pengetahuan remaja terkait anemia, sebanyak 67% subjek wanita usia subur (15-24 tahun) menyebutkan dalam kategori rendah (SDKI 2012), dari pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia yang kurang dengan adanya konsep K-A-P (Knowledge-Attitude-Practice) dapatnya diberikan pendidikan gizi tentang anemia kepada remaja putri, agar meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri, sehingga dengan pengetahuan yang baik, akan memberikan perilaku yang positif pada remaja putri untuk mencegah dan mengobati bila ada tanda dan gejala anemia. Mengingat belum adanya penelitian yang secara kuantitatif menilai efektivitas media interaktif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi pada remaja di Kabupaten Balangan, maka penelitian ini dilakukan

ingin mengetahui efektivitas media edukasi gizi tentang anemia dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi remaja di Kabupaten Balangan.

METODE

Penelitian Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan intervensi berupa pendidikan gizi. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Experimental Study dengan pre-post test. Oleh karena itu, tidak ada kelompok kontrol atau kelompok pembanding yang dijadikan dalam pengukuran sehingga dapat diperoleh informasi ada atau tidaknya kemajuan antara keadaan sebelum dan setelah dilakukan eksperimen (Sulistyaningsih 2010). Cara melakukan rancangan ini adalah satu kali pengukuran di awal penelitian (baseline) setelah itu dilakukan pengukuran lagi diakhir perlakuan (endline). Lokasi penelitian di laksanakan di Kabupaten Balangan, SMAN 1 Tebing Tinggi dengan kriteria sekolah belum mendapat edukasi gizi terkait anemia, belum memiliki media edukasi gizi berupa video, serta terdapat kemudahan akses untuk melakukan penelitian. Waktu pelaksanaan di bulan Oktober 2025.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan pertimbangan kesediaan subjek untuk mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Penarikan subjek dilakukan dengan kriteria inklusi yaitu: 1) Merupakan siswa/siswi dari SMAN 1 Tebing Tinggi; 2) memiliki usia 11-18 tahun; 3) Bersedia menjadi subjek dari awal hingga akhir intervensi. Penelitian ini menggunakan 64 subjek dengan jumlah remaja putri 35 orang dan remaja putra 29 orang yang memenuhi kriteria inklusi tersebut. Jumlah pengambilan subjek juga berdasarkan pendapat Cohen et al. (2007) yang menyatakan bahwa jumlah batas minimal yang harus diambil oleh peneliti yaitu sebanyak 30 sampel. Data pengetahuan gizi dan sikap gizi subjek diperoleh melalui pengisian kuesioner yang sudah tervalidasi dari penelitian sebelumnya. Skor pengetahuan dan sikap di nyatakan dalam bentuk persentase dan diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu baik (>80%), cukup (>60-79%) dan kurang (<60%) (Khomsan, 2021)

Analisis data dilakukan menggunakan aplikasi SPSS dengan membandingkan skor sebelum intervensi dan setelah intervensi. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-smirnov. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik, tingkat pengetahuan, dan sikap responden. Uji wilcoxon dilakukan untuk melihat perbedaan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian Hasil penelitian tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (54,7%) dan laki-laki (45,3%), responden berada pada kelas 11 (75,0%) dengan usia terbanyak 16 tahun (42,2%). Menurut Kusumastuti dan Mastuti (2019), rentang usia remaja dapat dibedakan menjadi 3 kategori yaitu remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Berdasarkan pengkategorian tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar subjek tergolong kelompok remaja pertengahan karena berada pada rentang usia 15-18 tahun.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	35	54,7
Laki-Laki	29	45,3
Total	64	100
Kelas		
10	15	23,4

Variabel	n	%
11	48	75,0
12	1	1,6
Usia		
15 Tahun	12	18,8
16 Tahun	27	42,2
17 Tahun	19	29,7
18 Tahun	6	9,4

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada masa remaja pertengahan, yaitu fase penting dalam pembentukan perilaku dan sikap gizi. Menurut (Winarni, 2024) remaja perempuan cenderung memiliki kepedulian lebih tinggi terhadap kesehatan dan gizi karena faktor perubahan fisiologis serta kesadaran terhadap penampilan. Selain itu Penelitian oleh (Rukmana, 2023) menunjukkan bahwa rentang usia 15-17 tahun merupakan periode ketika remaja lebih mudah menerima informasi baru, termasuk informasi mengenai gizi dan kesehatan. Usia berada pada rentang 15-18 tahun dimana tergolong kelompok usia remaja yang rentan mengalami anemia (Nadiyah et al. 2022).

Pengetahuan dan sikap subjek dibagi menjadi 3 kategori berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh subjek dalam penelitian ini. Sebaran subjek berdasarkan tingkatan pengetahuan dan sikap dapat dilihat pada tabel 2. Hasil menunjukkan bahwa pada pre-test, sebanyak (42,2%) memiliki pengetahuan kategori baik, (31,3%) kategori cukup, dan (26,6%) kategori kurang. Setelah diberikan edukasi gizi seimbang dan anemia melalui media video, pada post-test terjadi peningkatan proporsi peserta dengan pengetahuan baik menjadi (65,6%), cukup (25,0%), dan kurang (9,4%).

Tabel 2. Pengetahuan dan Sikap (Pre-test dan Post-test)

No	Variabel	Pre-test		(Min-Max)	Mean	Post-test		Min-Max	Mean
		n	%			n	%		
1	Pengetahuan								
	Baik	27	42,2	13-93	66,59	42	65,6	27-100	77,51
	Cukup	20	31,3			16	25,0		
	Kurang	17	26,6			6	9,4		
2	Sikap								
	Baik	45	70,3	45-100	83,39	49	76,6	50-100	88,5
	Cukup	17	26,6			14	21,9		
	Kurang	2	3,1			1	1,6		

Sebagian Peningkatan pengetahuan dan sikap responden setelah intervensi menunjukkan bahwa media video merupakan sarana edukasi yang efektif dalam penyampaian informasi gizi, khususnya mengenai anemia dan gizi seimbang. Hal ini juga dijelaskan dalam penelitian Pujari et al. 2025; Setiawan et al. 2023) bahwa intervensi edukasi berbasis video dan media digital efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa dibandingkan metode ceramah konvensional. Edukasi gizi anemia menggunakan media video animasi meningkatkan skor pengetahuan secara signifikan pada remaja (Sari et al. 2021). Hal ini juga dijelaskan dalam penelitian Mikail et al (2020), yang menjelaskan bahwa intervensi pendidikan gizi berbasis video interaktif meningkatkan tingkat pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap pencegahan anemia. Media digital memungkinkan pembelajaran yang fleksibel dan memperkuat daya ingat melalui kombinasi visual dan audio.

Pemberian edukasi gizi menggunakan media video meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan anemia secara signifikan ($p < 0,05$) (Kurniasih et al. 2022). Hal ini juga didukung oleh penelitian (Kamsiah & Eliana, 2023) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap gizi remaja perempuan setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media interaktif. Dengan demikian, penggunaan media pembelajaran yang menarik dan sesuai karakteristik usia remaja dapat membantu meningkatkan perhatian, pemahaman, serta motivasi dalam menerapkan perilaku gizi yang lebih sehat

Tabel 3. Perbedaan pengetahuan, sikap dan praktik sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Variabel	Pretest		Posttest		p-value
	Rata-rata \pm SD	Median (Q1-Q3)	Rata-rata \pm SD	Median (Q1-Q3)	
Pengetahuan	66,59 \pm 21,31	(53-85,25)	77,51 \pm 82	(73-87)	0,000*
Sikap	83,39 \pm 11,02	(78-90)	88,50 \pm 12,57	(87-100)	0,010*

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh intervensi terhadap pengetahuan dan sikap pada subjek dengan nilai p-value 0,000 dan 0,010 (Tabel 3). Perubahan pengetahuan pada siswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya ialah melalui edukasi dan pemberian media edukasi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Aisah et al (2022) adanya pengaruh pemberian intervensi pengetahuan anemia melalui media video pada anak remaja dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap dalam penelitian ini adalah intervensi dilakukan melalui media edukasi yang digunakan dan cara penyampaian materi edukasi. Media edukasi berfungsi untuk menggerakkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Media edukasi membuat seseorang dapat lebih mengerti informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah (Fitriani 2008). Dalam hal ini, media edukasi gizi yang digunakan adalah power point dan video bertemakan gizi seimbang dan anemia pada remaja.

Pengetahuan dan sikap seseorang terkait suatu hal dapat berubah seiring dengan pemberian edukasi. Berdasarkan analisis, didapatkan hasil berupa peningkatan nilai pada aspek pengetahuan dan sikap saat sebelum diberikan intervensi dengan sesudah diberikan intervensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Raut et al. (2024) yang menyatakan bahwa adanya peningkatan skor pengetahuan dan sikap yang lebih besar sebelum dan sesudah diberikan edukasi diberikan pendidikan gizi selama 45 menit/hari/minggu. Pengetahuan berpengaruh terhadap pengambilan keputusan terkait perilaku pencegahan anemia pada remaja. Remaja dengan pengetahuan anemia kurang berisiko 3,3 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan remaja putri dengan pengetahuan anemia baik (Madestria et al. 2021)

Hasil ini sejalan dengan penelitian Siagian (2023) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($p = 0,000$) antara sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang dengan menggunakan leaflet. Penelitian yang dilakukan oleh Jalambo tahun 2018, dimana edukasi yang diberikan berupa ceramah, diskusi, poster, video, booklet, dan brosur terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap anemia pada remaja putri. Ketika media dan metode digabungkan, keduanya akan saling melengkapi ($p < 0,001$) (Jalambo, 2018). Di sisi lain, penelitian dari Nikmah tahun 2022 dimana edukasi gizi yang diberikan hanya dengan leaflet secara signifikan meningkatkan pengetahuan tentang anemia ($p < 0,001$) tetapi tidak dengan sikap ($p = 0,198$) (Nikmah, 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) bahwa edukasi anemia melalui media video efektif untuk meningkatkan nilai pengetahuan anemia remaja putri, dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$). Menurut Astuti et al. (2020) perubahan sikap biasanya mengikuti peningkatan pengetahuan yang diperoleh melalui proses edukasi yang komunikatif dan kontekstual. Hal ini juga

dijelaskan penelitian Setiawan et al. (2023) yang menyatakan bahwa metode audiovisual lebih efektif dalam membentuk sikap dibandingkan metode ceramah konvensional.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja mengenai gizi anemia setelah diberikan intervensi melalui media interaktif. Perubahan yang terjadi bersifat signifikan baik pada aspek pengetahuan maupun sikap. Penelitian ini belum mengukur status gizi, asupan zat gizi, serta kebiasaan konsumsi tablet tambah darah (TTD) yang berpotensi memengaruhi hasil secara lebih komprehensif. Oleh karena itu, pengukuran variabel-variabel tersebut disarankan pada penelitian selanjutnya untuk memperkuat temuan.

Edukasi gizi melalui media interaktif juga memerlukan waktu pelaksanaan yang lebih panjang agar perubahan pengetahuan dan sikap dapat terukur secara lebih mendalam dan berkelanjutan. Dengan demikian, remaja diharapkan mampu menerapkan perilaku gizi yang lebih baik, termasuk dalam memilih dan mengonsumsi makanan sesuai dengan kebutuhan tubuhnya untuk mencegah anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdiah A, Heriyani FF, Istiana. 2018. Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia remaja putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter*. 1(1):9-14.
- Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2022). Animated educational video using health belief model on the knowledge of anemia prevention among female adolescents: An intervention study. *Malaysian Family Physician*, 17(3), 97-104. <https://doi.org/10.51866/oa.136>
- Astuti, L. A., Wulandari, P., & Widodo, R. (2020). Pengaruh pendidikan gizi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pencegahan anemia. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 12(1), 45-53.
- Contento IR. 2016. *Nutrition Education Linking Research, Theory, and Practice*. 3rd Ed. United States: Jones & Barlett Learning, LLC, an Ascending Learning Company.
- Indraswari DAR, Padmiari IAE, Suarjana IM. 2024. Konsumsi seng (Zn) dan zat besi (Fe) dan kadar hemoglobin pada siswi SMA Negeri 1 Gianyar. *Jurnal Ilmu Gizi*. 13 (2): 86-93.
- Jalambo, M., Karim, N., Naser, I. & Sharif, R (2018). Effects of Iron Supplementation and Nutrition Education on Haemoglobin, Ferritin and Oxidative Stress in Iron-Deficient Female Adolescents in Palestine: Randomized Control Trial. *East. Mediterr. Health J. Rev. Sante Mediterr. Orient. Al-Majallah Al-Sihhiyah Li-Sharq Al-Mutawassit*24, 560-568.
- Kamsiah, E., & Eliana, R. (2023). The effect of nutrition education on knowledge , attitudes and consumption patterns young women in prevention of chronic energy deficiency in bengkulu city. *National Nutrition Journal*, 18, 7-13.
- Khomsan A. 2021. *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Bogor: IPB Press.
- Kusumastuti D, Mastuti E. (2019). Hubungan antara persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan kematangan emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 8:10-20.
- Madestia, N. P. O., Moedjiono, A. I., Suriah, Tahir, Muh., Masni, Suarayasa, K., Nur, R., & Syam, A. (2021). Effect of education through video and packaging modifications of iron tablets on female adolescent behavior in the iron supplementation intake in SMPN 2 and SMPN 1 Parigi. *Gaceta Sanitaria*, 35, S127-S130. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.011>
- Maharani S. 2020. Penyuluhan tentang Anemia pada Remaja. *J Abdimas Kesehat*. 2(1):1. doi:10.36565/jak.v2i1.51.

- Material Of Phytogoras Teorema Was Inspected From The Temperament Of Student In Class VIII SMP N 3 Pengasih Kulon Progo The Academic Year 2013/2014. In Proceeding of International Conference On Research, Implementation And Education Of Mathematics And Sciences (pp. 18–20). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nadiyah, N., Sitoayu, L., & Dewanti, L. P. (2022). REMAJA PUTRI PEDESAAN DI INDONESIA BERISIKO ANEMIA DUA KALI LEBIH TINGGI. *GIZI INDONESIA*, 45(1), 35–46. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v45i1.614>
- Pujari, S., Rashid, M., Thunga, G., Shetty, R. S., Mundkur, S. C., Devi, E. S., B, U., & Nair, S. (2025). Effect of video-assisted educational intervention on improving knowledge, attitude and practice among mothers of children below five years on malnutrition: A systematic review. *Public Health*, 242, 28–36. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2025.02.031>
- [RISKESDAS] Riset Kesehatan Dasar. 2018. Hasil Utama RISKESDAS 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Rukmana, M. (2023). Penilaian Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang serta Status Gizi pada Remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) Yayasan Bandung, Kabupaten Deli Serdang. *Amerta Nutrition*, 7(2), 178–183.
- Sari, D. R., Rahmawati, N., & Nurjanah, S. (2021). Pengaruh edukasi gizi anemia menggunakan media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(2), 125–132.
- Setiawan, T., Hidayati, N., & Prabowo, A. R. (2023). The effectiveness of audiovisual-based health education to improve attitudes on anemia prevention among students. *Public Health Nutrition*, 26(4), 678–686.
- Sofianita, Intania N, Meiyetriani E, Arini FA. 2018. Intervensi pendidikan gizi seimbang terhadap pengetahuan, sikap dan praktik anak-anak sekolah. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 14(02): 54-64.
- Winarni, Z. (2024). Knowledge , Attitudes , Eating Practices , and Iron (Fe) Consumption among Adolescent Girls (Aged 10-18 Years) in Central Java , Indonesia. *Public Health Journal*, 17, 1–10.
- [WHO] World Health Organization. (2021). *World Health Statistic 2021 Monitoring Health for SDGs*. Switzerland (CH): World Health Organization.